

Diagnosen:

- **Patella alta, Patella-Instabilität bei erhöhtem TTTG*-Abstand**
- **Patella-Arthrose**

OP-Verfahren: **Tuberositas Transfer**

Drainagen: keine

Postoperatives Wundmanagement: steriles Pflaster, 1. VW am 1. postoperativen Tag, nachfolgende VW in regelmäßigen Abständen, Entfernung von Nahtmaterial am 12. bis 14. postoperativen Tag

Thromboseprophylaxe: 1 x tgl. NMH s.c. bis zur Vollmobilisation (im Regelfall 6 Wochen)

Antibiotikagabe: Single shot (z.B. Cefuroxim 1,5g)

Analgesie: analgetische Medikation

Laborkontrolle: keine

Röntgenkontrolle: keine

Lagerungshinweise: schmerzadaptiert, Hochlagerung

Entlassung: am 3. postop. Tag

Postoperative Orthesen/Bewegungslimitierung:

Knieschiene: **Woche 1-4:** 0-0-60°, **Woche 5+6:** 0-0-90°

Belastungsvorgaben:

Woche 1-4 Teilbelastung 10-25kg (abrollend)

Woche 5-6 Teilbelastung 50%

ab der 7. Woche Vollbelastung

Bewegungstherapie/ Physikalische Therapie:

Kryotherapie, manuelle Lymphdrainage, Kompressionsbandagierung nur bei vermehrter Schwellneigung, EMS* für M. quadriceps; Unterwassertherapie ab Woche 5

Woche 1-6: Gangschulung mit Knieschiene, passive Bewegungstherapie, Isometrisches Muskeltraining (Quadriceps, Hamstrings, Triceps surae)

Ab Woche 7 aktive Bewegungstherapie, Stabilisations- und Propriozeptionstraining

Ab Woche 9 Muskelaufbautraining und medizinische Trainingstherapie

Sportfähigkeit:

Ab Woche 7 Radfahren, Schwimmen. Ab Woche 9 Krafttraining. Volle sportliche Aktivität nach 6 Monaten

Komplikationen/CAVE: --

*) TTTG - Tibial Tuberosity Trochlear Groove
EMS – Elektromyostimulation